Santé Canada Health Canada

Des médicaments sécuritaires pour les aînés

Un guide destiné aux aidants

ACSSC CACC

VON CANADA

Des médicaments sécuritaires pour les aînés

Un guide destiné aux aidants

Bien que l'authenticité du contenu du présent document ait été vérifiée avec le plus grand soin au moment de sa publication, ni les auteurs, ni l'Association canadienne de soins et services communautaires, l'Association canadienne des soins de santé l'Association des pharmaciens du Canada et VON Canada ne peuvent en garantir l'exactitude et être tenus responsables des pertes, dommages et blessures survenus y compris le décès, ou des dépenses découlant d'erreurs ou d'omissions éventuelles qui se rapportent au contenu ou à l'utilisation de ces documents.

La publication de *Des médicaments sécuritaires pour les aînés : un guide destiné aux aidants* a été rendue possible grâce à une contribution financière de Santé Canada.

Les points de vue exprimés dans ce document ne représentent pas nécessairement l'opinion de Santé Canada.

ISBN 978-1-894402-33-0

Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

Table des matières

- **Introduction — 4**
- **Renseignements généraux — 5**
- **1. Les médicaments vous posent-ils des problèmes? — 10**
  Questions
  Conseils utiles
- **2. Des problèmes d'ordre physique et cognitif? — 16**
  Questions
  Conseils utiles
- **3. Rencontrez-vous d'autres difficultés? — 24**
  Questions
  Conseils utiles
- **4. Y a-t-il eu des changements concernant les médicaments? — 30**
  Questions
  Conseils utiles
- **5. La personne a-t-elle changé? — 32**
  Questions
  Conseils utiles
- **La personne qui prend les médicaments — 36**
- **Le carnet des médicaments — 38**
- **Questions à l'intention du médecin du pharmacien ou du spécialiste — 40**
- **Pour nous rejoindre — 43**

Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

Introduction

À qui s'adresse ce guide :

L'aidant peut être un membre de la famille, un ami ou un voisin qui aide quelqu'un dans les activités de la vie quotidienne ou qui lui prodigue des soins. Si vous aidez une autre personne à prendre ses médicaments, accompagnez quelqu'un aux rendez-vous chez le médecin ou si vous suivez régulièrement l'évolution de son état de santé, ce guide vous est destiné.

Des médicaments sécuritaires pour les aînés : un guide destiné aux aidants a été en effet pensé pour celles et ceux qui aident un aîné par les voies les plus diverses et lui donnent des soins.

Objet :

Ce guide vous aide à cerner les problèmes causés par les médicaments que vous même ou la personne dont vous prenez soin pouvez rencontrer à l'occasion. Si vous répondez par l'affirmative aux questions qui sont posées ou si vous rencontrez un problème quelconque, n'hésitez pas à le signaler immédiatement au médecin ou au pharmacien.

Votre aide peut se manifester par les voies les plus simples. Bien que certaines personnes puissent être très autonomes, une circonstance les amènera à avoir besoin, à un moment ou à un autre, de la présence d'un aidant. Ne présumez pas que vous n'avez aucun rôle à jouer ou qu'il est inutile d'intervenir.

Mode d'emploi du guide :

Profitez de ces questions pour découvrir si la personne à laquelle vous venez en aide fait bon usage des médicaments. Parcourez chacune des sections et répondez aux Questions de la liste de vérification. Vérifiez ensuite la section des conseils utiles pour savoir quel comportement adopter.

Procédez à une autre vérification à intervalle de quelques mois, si l'ordonnance a changé ou si la personne a dû se rendre à l'hôpital entre-temps. Prenez ce guide avec vous au prochain rendez-vous chez le médecin ou au moment de prendre les médicaments chez le pharmacien et utilisez les listes de vérifications et le carnet des médicaments pour vous tenir au courant.

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

Renseignements généraux

L'aidant :

Un membre de la famille, un ami ou un voisin qui aide quelqu'un dans les activités de la vie quotidienne ou lui prodigue des soins. L'aide assume les formes les plus diverses : assurer une présence attentionnée lors de la prise des médicaments, identifier un problème et le signaler à un professionnel de la santé, faire remplir des prescriptions à la pharmacie ou encore faire des arrangements facilitant le transport pour se rendre à un rendez-vous ou revenir chez soi. Dans certains cas, l'aidant peut effectivement administrer les médicaments et ne pas se limiter à un simple accompagnement ou soutien.

Les aidants sont souvent eux-mêmes des personnes âgées et les problèmes et les défis dont nous traitons dans ce guide s'appliquent autant à eux qu'aux personnes dont ils prennent soin. Leur attitude et les connaissances acquises quant au bon usage des médicaments sont très importantes.

L'auxiliaire familiale ou le prestataire de soins :

Aide au maintien à domicile rémunérée pour aider une personne dans ses activités de la vie quotidienne ou ses soins de santé. On dénombre beaucoup d'autres ressources communautaires : services de santé publique, numéros d'urgence, services de livraison de repas et groupes de soutien.

Les médicaments :

Presque toute substance consommée pour mieux se porter ou prendre soin de sa santé. Comprimés, gélules, pilules, liquides, pompes (inhaleurs), crèmes, timbres, gouttes, seringues, et même des vitamines, des herbes, des onguents, des laxatifs, l'aspirine et des antiacides sont des médicaments sous des formes variées.

L'aîné(e) :

Une personne âgée appartenant à un groupe de la population pour qui les médicaments et la prestation de soins constituent de réels enjeux. Les sujets réagissent différemment aux médicaments à mesure qu'ils avancent en âge et les plus âgés ont tendance à consommer davantage de médicaments, ce qui se traduit par une fréquence plus élevée de problèmes liés à cette consommation.

Renseignements généraux

Effets secondaires :

Appelés aussi réactions indésirables aux médicaments (RIM), les effets secondaires sont des réactions ou des symptômes indésirables qu'un médicament peut causer en dehors des bienfaits qu'il est censé produire. L'étourdissement est un effet secondaire dangereux car il est susceptible d'entraîner des chutes ou des blessures personnelles. La confusion mentale et la déshydratation (perte de liquide) sont d'autres effets secondaires dont il faut se méfier. Parfois les effets secondaires disparaissent et parfois ils sont suffisamment légers pour autoriser la prise du médicament jusqu'à la fin. Certains effets secondaires sont prévisibles, tandis que d'autres sont repérés à l'aide d'essais de laboratoire ou d'examens physiques. Si quelqu'un à vos côtés manifeste un effet secondaire, fiez-vous à votre instinct et intervenez sans tarder — appelez le pharmacien ou allez à l'hôpital.

Erreurs courantes liées à la prise de médicaments :

- Prendre la mauvaise dose.
- Ne pas prendre un médicament jusqu'à la fin.
- Prendre un médicament dont la date de péremption est dépassée.
- Partager les médicaments avec d'autres.
- Mélanger médicaments et alcool.
- Oublier de prendre le médicament aux heures prescrites.
- Interrompre puis reprendre le médicament au lieu de le prendre avec régularité.

Problèmes courants liés à la prise de médicaments :

- Le couvercle du contenant est difficile à ouvrir.
- On éprouve de la difficulté à ouvrir des plaquettes alvéolaires.
- Les directives sur les étiquettes sont trop difficiles à lire ou difficiles à comprendre (par ex., « le cas échéant » ou « trois fois par jour » plutôt que « aux huit heures ».
- Les pilules sont trop grandes et difficiles à avaler.
- Les plans de médication sont mal adaptés (par ex., l'horaire ne coïncide pas avec l'heure des repas ou les habitudes de vie).
- Le médicament est trop cher (le patient peut décider de le rationner ou de ne pas l'acheter du tout) ou on ne veut pas le perdre (on hésite à le jeter à cause de son prix).

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

Renseignements généraux

Entreposer les médicaments en lieu sûr :

Les médicaments ne devraient pas être conservés dans la salle de bain ou la cuisine car l'humidité ambiante peut les abîmer. La même chose peut se produire dans les lieux trop chauds (près du poêle, d'un appareil de chauffage ou en plein soleil). Un tiroir ou une armoire de la chambre à coucher serait alors l'endroit le plus propice. Certains médicaments doivent être conservés au réfrigérateur. Par commodité, tentez de regrouper tous les médicaments en un seul lieu facile d'accès mais hors de la portée des jeunes enfants et des animaux de compagnie.

Éviter de les partager :

Le médicament est prescrit pour répondre aux besoins de chacun. Les partager avec autrui peut rendre cette personne malade et le médicament peut ne pas suffire à celle à qui il était destiné.

Prendre les médicaments avec régularité et jusqu'au bout :

Même si une personne se sent mieux, tous les médicaments doivent être pris au complet car, dans le cas contraire, elle pourrait s'en trouver mal. Certains médicaments doivent être pris à certaines heures afin de s'assurer que la dose appropriée du remède circule dans l'organisme (ni trop ni trop peu) et qu'elle agisse plus longtemps. Il peut se révéler utile de dresser une liste de tous les médicaments et d'inscrire l'heure à laquelle il faut les prendre ou bien d'utiliser un calendrier. Le carnet des médicaments reproduit à la fin du présent Guide (page 38) peut s'avérer utile.

En prévision d'une hospitalisation :

Dressez une liste de tous les médicaments prescrits et remettez-la au personnel du service des admissions pour qu'ils la consignent sur la fiche de la personne. Rappelez au médecin et aux infirmières que vous tenez la liste à leur disposition.

Renseignements généraux

En prévision de la sortie de l'hôpital :

Assurez-vous d'avoir toutes les instructions et les ordonnances relatives à tout nouveau médicament prescrit ou à tout changement survenu par rapport à l'ancienne liste. Prenez connaissance des médicaments qu'il convient d'arrêter et de ceux qu'il faut continuer de prendre — y compris les médicaments en vente libre, les vitamines et les produits à base d'herbes médicinales et produits de santé naturels. N'hésitez pas à poser des questions ou à les annoter en vue de la prochaine visite chez le médecin ou le pharmacien.

En prévision d'une consultation chez le médecin :

Préparez ou notez toutes vos questions éventuelles. Apportez une liste de tous les médicaments ou les médicaments eux-mêmes pour les examiner avec le médecin.

Au moment de consulter un pharmacien ou de retirer une ordonnance :

Préparez vos questions. Prenez avec vous la liste de tous les médicaments consommés ou les flacons eux-mêmes afin de les examiner avec le pharmacien.

Centres antipoison :

Leur numéro de téléphone figure en première page de l'annuaire téléphonique (pages blanches). En cas de surdose ou si une réaction indésirable se manifeste, appelez pour vous informer. Ayez le médicament à votre portée pour indiquer le nom à la personne préposée au téléphone.

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

Renseignements généraux

Marque nominative :

Elle désigne le nom commercial d'un médicament (nom donné par le fabricant).

Certains médicaments ont plusieurs noms de marque.

Nom générique :

Le nom générique est l'appellation chimique d'un médicament.

Tout médicament a une **marque nominative** et un **nom générique**.
Exemple : **marque nominative** *Advil*; **nom générique** : *ibuprofen*.

1. Les médicaments vous posent-t-ils des problèmes?

question a *La personne prend-elle des médicaments que le médecin a prescrits à **quelqu'un d'autre**?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question b *A-t-elle pris, à un moment quelconque, **le mauvais médicament**?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question c *A-t-elle pris **la mauvaise dose** (une quantité de médicament trop forte ou trop faible)?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

Avez-vous remarqué d'autres comportements inhabituels?

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

1. Conseils utiles

conseil a *La personne prend-elle des médicaments que le médecin a prescrits à **quelqu'un d'autre**?*

Si vous avez répondu oui, cherchez à en connaître la raison. Expliquez qu'un médicament délivré sur ordonnance est destiné à une seule personne (qui doit le prendre jusqu'au bout pour que son état de santé s'améliore) et qu'il peut rendre les autres plus malades.

conseil b *A-t-elle pris, à un moment quelconque, **le mauvais médicament**?*

Si vous avez répondu oui, cherchez à savoir quelle en est la raison et ce qui est arrivé. Il existe des méthodes simples pour aider la personne qui a besoin de prendre plusieurs médicaments, par exemple en les conservant dans une boîte à pilules qui compte des compartiments distincts selon le jour de la semaine.

conseil c *A-t-elle pris **la mauvaise dose** (une quantité de médicament trop forte ou trop faible)?*

Si vous avez répondu oui, déterminez s'il s'agit d'une méprise ou d'un acte intentionnel. En cas de méprise, relisez les instructions et demandez à la personne de les répéter pour vérifier si elle a bien compris.

Si l'acte était intentionnel et a tendance à se reproduire, cherchez à en connaître les raisons.

Si la personne prend une dose trop forte, demandez pourquoi. Il se peut qu'elle veuille obtenir des résultats plus rapidement. Si tel est le cas, demandez au médecin ou au pharmacien au bout de combien de temps le médicament est censé faire effet et comment savoir s'il produit les résultats escomptés.

Il convient de répéter la même quantité de médicament aux intervalles, à moins que le médecin ou le pharmacien ne décident autrement.

Il est important de toujours prendre la même quantité de médicaments et aux mêmes heures, à moins que le médecin ou le pharmacien en décident autrement..

1. Les médicaments vous posent-t-ils des problèmes?

question d *Arrive-t-il fréquemment que la personne prenne ses médicaments **au mauvais moment** (ou qu'elle saute une dose)?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question e *Est-elle **incertaine** sur ce qu'il convient de faire lorsqu'il lui arrive de **manquer** une dose?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question f *Lui arrive-t-il souvent de se tromper et de ne pas **prendre** le médicament **correctement**? (Exemple : la personne n'a pas enlevé le papier qui enveloppe le suppositoire avant de l'insérer.) (Exemple : la personne a mis des gouttes pour les yeux dans les oreilles.) (Exemple : la personne a mâché les pilules qu'elle devait pourtant avaler entières.)*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

Avez-vous remarqué d'autres comportements inhabituels?

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

1. Conseils utiles

conseil d *Arrive-t-il fréquemment que la personne prenne ses médicaments **au mauvais moment** (ou qu'elle saute une dose)?*

Si vous avez répondu oui, déterminez s'il s'agit d'une méprise ou si la personne oublie de prendre les doses prescrites et cela au moment où elle doit le faire. Dans le premier cas, assurez-vous que les instructions sont claires et que la personne les comprend. S'il s'agit d'un oubli, vous pouvez établir une liste des médicaments que la personne doit prendre et noter les heures ou les marquer sur un calendrier. La personne peut également consulter sa montre ou un réveil, utiliser une boîte à pilules ou tout autre aide-mémoire qu'elle jugera utile. Demandez au médecin ou au pharmacien si le médicament peut être pris aux repas pour assurer une meilleure régularité.

conseil e *Est-elle **incertaine** sur ce qu'il convient de faire lorsqu'il lui arrive de **sauter** une dose?*

Si vous avez répondu oui, consultez le médecin ou le pharmacien. S'il lui arrive souvent de sauter des doses, cherchez à en connaître la raison. La personne peut avoir à se souvenir de trop de médicaments. On peut toutefois l'aider de façon simple. Des aide-mémoire comme un réveil matin, l'inscription du programme sur une liste de rappel ou un calendrier, prendre le médicament à l'heure des repas, ou l'utilisation d'une boîte à pilules pour chaque jour de la semaine peut s'avérer utile dans son cas.

conseil f *Lui arrive-t-il souvent de se tromper et de ne pas **prendre** le médicament **correctement**? (Exemple : la personne n'a pas enlevé le papier qui enveloppe le suppositoire avant de l'insérer.) (Exemple : la personne a mis des gouttes pour les yeux dans les oreilles.) (Exemple : la personne a mâché les pilules qu'elle devait pourtant avaler entières.)*

Si vous avez répondu oui, déterminez s'il s'agit d'une erreur sporadique ou si la personne ne sait pas comment s'y prendre. Relisez les instructions avec elle et, si vous le pouvez, montrez-lui ce qu'il faut faire.

1. Les médicaments vous posent-t-ils des problèmes?

question g *Les médicaments sur ordonnance proviennent-ils de **plus d'une pharmacie**?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question h *Conserve-t-on des médicaments **inutilisés depuis longtemps** ou **périmés** dans la maison ou la personne consomme-t-elle des médicaments **périmés** ou **qui n'ont plus cours** (qu'elle avait pris, par exemple, lors d'une maladie antérieure)?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question i *La personne a-t-elle des **échantillons** remis par le médecin?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question j *La personne doit-elle prendre **plusieurs sortes** de médicaments?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

Avez-vous remarqué d'autres comportements inhabituels?

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

1. Conseils utiles

conseil g *Les médicaments sur ordonnance proviennent-ils de **plus d'une pharmacie**?*

Si vous avez répondu oui, parlez au pharmacien pour savoir si la prise simultanée de ces médicaments présente des problèmes. Les personnes qui renouvellent leurs ordonnances dans plusieurs pharmacies ont une plus grande probabilité d'avoir des problèmes occasionnés par la consommation de plusieurs médicaments.

conseil h *Conserve-t-on des médicaments **inutilisés depuis longtemps** ou **périmés** dans la maison ou la personne consomme-t-elle des médicaments **périmés** ou **qui n'ont plus cours** (qu'elle avait pris, par exemple, lors d'une maladie antérieure)?*

Si vous avez répondu oui, demandez au pharmacien une liste des médicaments. Apportez les anciennes ordonnances à la pharmacie pour qu'elle en dispose (les jeter aux ordures est dangereux pour les enfants ou les animaux qui pourraient les trouver alors que les évacuer dans l'eau est mauvais pour l'environnement). On aura ainsi l'assurance que la personne ne les prendra pas par mégarde. Vérifiez auprès du pharmacien ou du médecin pour voir si le médicament est toujours nécessaire. Tentez également de savoir pourquoi la personne n'a pas pris le médicament lorsqu'elle était censée le faire. Certains médicaments perdent de leur efficacité au bout d'un certain temps (comme l'aspirine ou les gouttes pour les yeux) et peuvent rendre la personne malade. Si le problème à l'origine n'a pas été résolu, la personne a besoin de médicaments nouveaux et différents et non pas d'anciens médicaments périmés qui ont été inefficaces.

conseil i *La personne a-t-elle des **échantillons** remis par le médecin?*

Si vous avez répondu oui, demandez au pharmacien son opinion avant que la personne ne les essaie, afin d'avoir la certitude que les échantillons peuvent être pris avec les autres médicaments consommés. Les échantillons sont un bon moyen pour faire l'essai d'un médicament et pour déterminer s'il convient à une personne.

conseil j *La personne doit-elle prendre **plusieurs sortes** de médicaments?*

Si vous avez répondu oui, cette situation peut prêter à confusion ou être source de découragement. Mentionner au médecin ou au pharmacien la possibilité de simplifier la routine, par exemple en prenant les médicaments aux repas plutôt qu'à des heures différentes de la journée faciles à oublier. Essayez également de vous adresser à un seul médecin et de faire remplir les ordonnances dans une même pharmacie pour faciliter le suivi du traitement.

2. Des problèmes de nature physique et cognitive?

question a ***Oublie-t-elle de prendre*** *ses médicaments ou bien leur* ***mode d'emploi****?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question b *Éprouve-t-elle de la difficulté à* ***voir*** *ou à* ***lire les étiquettes****?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

Avez-vous remarqué d'autres comportements inhabituels?

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

2. Conseils utiles

conseil a *La personne **oublie-t-elle de prendre** ses médicaments ou bien leur **mode d'emploi**?*

Si vous avez répondu oui, mettez par écrit un programme avec des instructions et placez-le à un endroit où la personne pourra le voir régulièrement, comme sur le réfrigérateur ou sur le miroir de la salle de bains. Vous pourriez également essayer une boîte à pilules dont les compartiments portent l'inscription du jour de la semaine, garder les médicaments à un endroit visible ou faire en sorte que la personne les prenne aux repas (à moins que le médicament ne doive être pris l'estomac vide).

conseil b *Éprouve-t-elle de la difficulté à **voir** ou à **lire les étiquettes?***

Si vous avez répondu oui, déterminez si la personne a des problèmes de la vue. Pour le vérifier, vous aurez à prendre un rendez-vous chez l'optométriste (médecin des yeux). Demandez au médecin ou au pharmacien le nom d'un optométriste du quartier ou feuilletez les pages jaunes de l'annuaire.

Si la personne ne peut lire l'étiquette ou les instructions, cherchez à savoir si elle ne peut bien lire ou si l'inscription est écrite dans un langage qu'elle ne comprend pas. Vous aurez alors à la lire vous-même à la personne ou encore demandez au pharmacien s'il est possible de l'imprimer dans un autre langage ou langue.

2. Des problèmes de nature physique et cognitive?

question c *Est-ce qu'il arrive à la personne de **ne pas comprendre** quels médicaments prendre, à quoi ils servent et à quel moment il faut les prendre?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

Avez-vous remarqué d'autres comportements inhabituels?

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

2. Conseils utiles

conseil c *Est-ce qu'il arrive à la personne de **ne pas comprendre** quels médicaments prendre, à quoi ils servent et à quel moment il faut les prendre?*

Si vous avez répondu oui, demandez au médecin ou au pharmacien d'écrire un programme, de le placer à un endroit où la personne pourra le lire, par exemple sur la devanture du réfrigérateur, le miroir de la salle de bain ou l'armoire de la cuisine. Vous pourriez également transcrire une explication. (Exemple : la petite pilule blanche facilite la circulation du sang dans les veines.) Si vous ignorez à quoi sert le médicament, demandez au médecin ou au pharmacien, qui aura peut-être des brochures à vous donner.

Essayez d'obtenir les instructions écrites dans la langue de la personne. Demandez-lui de vous les répéter pour vous assurer qu'elles sont claires. Vérifiez qu'elle connaît le nom du médicament, ses effets, comment, quand et pendant combien de temps le prendre, dans quelle pièce de la maison le conserver, ses effets secondaires éventuels et comment se comporter lorsqu'ils surviennent, quoi faire si on manque une dose, s'il faut éviter l'alcool, s'il il y a lieu de prendre le médicament aux repas et comment savoir s'il est efficace.

Être bien renseigné s'avère important pour la compréhension de la personne et utile également pour mettre au courant un professionnel de la santé nouveau (par exemple, un spécialiste ou le professionnel de la santé dans un hôpital).

Examinez les instructions après une visite chez le médecin ou après avoir renouvelé l'ordonnance. Assurez-vous que la personne est à l'aise pour poser des questions. Si elle est réticente ou timide, mettez au point les questions ensemble de façon à pouvoir les poser par la suite.

2. Des problèmes de nature physique et cognitive?

question d *La personne utilise-t-elle des **lunettes,** des **verres de contact** ou se sert-elle d'une **loupe?***

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question e *La chambre est-elle **trop sombre** pour que la personne puisse lire les instructions ou l'étiquette comme il convient?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question f *La personne a-t-elle des **difficultés à entendre** les instructions*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question g *Utilise-t-elle un **appareil auditif**?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

Avez-vous remarqué d'autres comportements inhabituels?

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

2. Conseils utiles

conseil d *La personne utilise-t-elle des **lunettes,** des **verres de contact** ou se sert-elle d'une **loupe?***

Si vous avez répondu oui, assurez-vous qu'ils sont en bon état, à portée et accessibles. Demandez au pharmacien d'imprimer les étiquettes avec des caractères plus gros.

conseil e *La chambre est-elle **trop sombre** pour que la personne puisse lire les instructions ou l'étiquette comme il convient?*

Si vous avez répondu oui, ouvrez les rideaux, allumez les lumières ou ajoutez une lampe

conseil f *La personne a-t-elle des **difficultés à entendre** les instructions? (Est-ce que la personne penche sa tête vers vous, vous demande de parler plus fort ou de répéter ce que vous dites ou bien essaie-t-elle de lire sur vos lèvres?)*

Si vous avez répondu oui, la personne peut avoir des troubles de l'ouïe. Éteignez la télévision ou la radio, placez-vous devant elle, articulez vos mots sans crier. Expliquez les instructions, puis demandez à la personne de répéter ce que vous venez de dire. Vous pouvez également les transcrire pour l'aider à s'en souvenir.

conseil g *Utilise-t-elle un **appareil auditif?***

Si vous avez répondu oui, assurez-vous qu'il fonctionne et que la pile est chargée. Vous pouvez également transcrire les instructions ou demander à la personne de vous les répéter pour vous assurer qu'elles sont tout à fait claires.

2. Des problèmes de nature physique et cognitive?

question h *La personne a-t-elle de la difficulté à **avaler ses pilules** ou d'autres médicaments?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question i *A-t-elle de la difficulté à **couper ses pilules,** à **utiliser des inhalateurs**, à **manipuler les seringues**, à **utiliser des gouttes** ou à **mesurer des médicaments**?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question j *A-t-elle de la difficulté à **ouvrir les flacons de médicaments**?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

Avez-vous remarqué d'autres comportements inhabituels?

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

2. Conseils utiles

conseil h *La personne a-t-elle de la difficulté à **avaler ses pilules** ou d'autres médicaments?*

Si vous avez répondu oui, parlez-en au médecin ou au pharmacien et demandez si le médicament est produit sous d'autres formes, liquide par exemple ou de deux pilules plus petites au lieu d'une grande. Vérifiez les directives sur l'étiquette ou demandez si le médicament peut être écrasé dans de la nourriture. Parfois, tout ce dont la personne a besoin est de prendre une gorgée d'eau pour humidifier la gorge avant d'essayer d'avaler une pilule.

conseil i *A-t-elle de la difficulté à **couper ses pilules,** à **utiliser des inhalateurs**, à **manipuler les seringues**, à **utiliser des gouttes** ou à **mesurer des médicaments**?*

Si vous avez répondu oui, demandez à la personne de vous montrer quel est son problème. La solution peut résider tout simplement dans un peu de pratique. Si le problème subsiste, demandez l'avis du pharmacien.

conseil j *A-t-elle de la difficulté à **ouvrir les flacons de médicaments**?*

Si vous avez répondu oui, la personne éprouve-t-elle des raideurs, de la douleur, des inflammations aux articulations ou des tremblements aux mains? Est-elle maladroite ou se sent-elle faible?

Dans tous ces cas, parlez-en au pharmacien qui pourra changer le couvercle ou utiliser un contenant différent.

3. Rencontrez-vous d'autres difficultés?

question a *La personne a-t-elle des difficultés à **payer** ses médicaments?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question b ***Refuse-t-elle** de prendre des médicaments?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question c *Craint-elle les **effets secondaires**?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question d *Éprouve-t-elle des difficultés à se **rendre chez le médecin** ou **à la pharmacie**?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

Avez-vous remarqué d'autres comportements inhabituels?

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

3. Conseils utiles

conseil a *La personne a-t-elle des difficultés à **payer** ses médicaments?*
Si vous avez répondu oui, demandez au pharmacien de procurer ou de suggérer des médicaments moins chers et recherchez d'autres moyens de payer comme une assurance-médicaments ou une protection familiale.

conseil b ***Refuse-t-elle** de prendre des médicaments?*
Si vous avez répondu oui, cherchez à en comprendre les raisons. Ne lui faites pas la morale, limitez-vous à lui demander pourquoi. La personne peut avoir le sentiment qu'elle consomme trop de médicaments, que ceux-ci ne font qu'empirer les choses, qu'ils ne servent à rien ou qu'ils interfèrent entre eux. Si tel est le cas, faites en sorte que la personne puisse parler au médecin ou au pharmacien en personne ou au téléphone pour obtenir plus de renseignements ou pour parler de ses inquiétudes. Il y a de nombreux gestes simples qui peuvent contribuer à résoudre cette situation.

conseil c *Craint-elle les **effets secondaires**?*
Si vous avez répondu oui, parlez au médecin ou au pharmacien. Ils sont mieux informés et peuvent éventuellement changer le médicament ou prévenir les effets secondaires.

conseil d *Éprouve-t-elle des difficultés à se **rendre chez le médecin** ou **à la pharmacie**?*
Si vous avez répondu oui, parlez à un professionnel de la santé des services de transport bénévoles dans votre communauté ou communiquez avec votre organisme local de soutien à domicile (le CLSC au Québec). Aussi, indiquez au pharmacien que vous irez chercher personnellement les ordonnances ou demandez lui s'il peut les faire livrer.

3. Rencontrez-vous d'autres difficultés?

question e *La personne a-t-elle besoin d'**être aidée davantage** pour prendre ses médicaments ou désire-t-elle être mieux renseignée?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question f *Cesse-t-elle de prendre ses médicaments **avant échéance**?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

Avez-vous remarqué d'autres comportements inhabituels?

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

3. Conseils utiles

conseil e *La personne a-t-elle besoin d'**être aidée davantage** pour prendre ses médicaments ou désire-t-elle être mieux renseignée?*

Si vous avez répondu oui, trouvez une façon de venir en aide à la personne ou quelqu'un qui peut l'aider. Parlez aux autres membres de la famille, à des proches ou des voisins susceptibles de lui venir en aide. Consultez l'annuaire pour repérer de nombreux services communautaires comme Télésanté, les centres pour personnes âgées, les Infirmières de l'Ordre de Victoria (VON), la Croix-Rouge, et CLSC et l'Infosanté au Québec .

conseil f *Cesse-t-elle de prendre ses médicaments **avant échéance**?*

Si vous avez répondu oui, cherchez à savoir pourquoi. Si la personne éprouve des effets secondaires, dites-le au médecin ou au pharmacien. Si elle se sent mieux, rappelez-lui qu'elle peut tomber de nouveau malade si le médicament est arrêté trop tôt. Indiquez que certaines maladies ne sont pas toujours apparentes tout en étant néanmoins présentes (comme l'hypertension ou le taux élevé de cholestérol).

3. Rencontrez-vous d'autres difficultés?

question g *La personne donne-t-elle ses médicaments à **quelqu'un d'autre**?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question h *Garde-t-elle des médicaments **sans étiquettes** ou les place-t-elle dans de **vieux flacons**?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question i ***Les conserve-t-elle** dans un lieu chaud (près d'un élément chauffant ou au soleil) ou dans des lieux humides (comme la salle de bain ou la cuisine)?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question j *Consomme-t-elle d'**autres médicaments**, des vitamines, des herbes, des remèdes naturels ou d'autres produits qui n'ont pas été prescrits par un médecin ou qui ne viennent pas du pharmacien?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

Avez-vous remarqué d'autres comportements inhabituels?

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

3. Conseils utiles

conseil g *La personne donne-t-elle ses médicaments à **quelqu'un d'autre**?*

Si vous avez répondu oui, cherchez à savoir pourquoi. Assurez-vous qu'elle comprend bien que le médicament n'est que pour elle, qu'elle doit le prendre jusqu'à la fin et qu'il peut rendre les autres malades.

conseil h *Garde-t-elle des médicaments **sans étiquettes** ou les place-t-elle dans de **vieux flacons**?*

Si vous avez répondu oui, faites une marque sur les contenants ou demandez au pharmacien d'autres étiquettes que vous placerez sur d'autres contenants.

conseil i ***Les conserve-t-elle** dans un lieu chaud (près d'un élément chauffant ou au soleil) ou dans des lieux humides (comme la salle de bain ou la cuisine)?*

Si vous avez répondu oui placez les médicaments dans un endroit frais et sec comme le tiroir à côté du lit ou l'armoire de la chambre à coucher. Assurez-vous que la personne peut y avoir accès mais qu'ils ne sont pas à la portée des animaux de compagnie.

conseil j *Consomme-t-elle d'**autres médicaments**, des vitamines, des herbes, des remèdes naturels ou d'autres produits qui n'ont pas été prescrits par un médecin ou qui ne viennent pas du pharmacien?*

Si vous avez répondu oui, assurez-vous que le médecin et le pharmacien connaissent les médicaments que consomme la personne. Ils peuvent interférer avec les autres médicaments et causer des problèmes de santé.

3. Rencontrez-vous d'autres difficultés?

question k *La personne boit-elle de la **bière**, du **vin** ou des **spiritueux** en prenant ses médicaments?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

Avez-vous remarqué d'autres comportements inhabituels?

4. Y a-t-il eu des changements concernant les médicaments?

question a *Les médicaments prescrits à la personne ont-ils **changé** dernièrement?*
(Par ex., dans les deux à quatre dernières semaines)

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question b *La personne s'est-elle rendue à **l'hôpital** dernièrement?*
(Par ex., dans les deux à quatre dernières semaines)

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

3. Conseils utiles

conseil k *La personne boit-elle de la **bière**, du **vin** ou des **spiritueux** en prenant ses médicaments?*

Si vous avez répondu oui, assurez-vous que le médicament peut être pris en même temps que de l'alcool. Vérifiez les directives d'emploi du médicament et l'étiquette et n'hésitez pas à poser la question au pharmacien ou au médecin.

En cas d'incompatibilité, il convient que la personne arrête de prendre de l'alcool ou qu'elle boive modérément pendant qu'elle prend un médicament. Expliquez-lui que l'alcool peut aggraver les effets secondaires ou empêcher le médicament de faire son effet.

L'alcool et les médicaments font mauvais ménage. L'alcool interfère avec de nombreux médicaments, réduisant souvent leur efficacité et causant de nombreux effets secondaires comme l'incoordination, l'irritation gastrique, la nausée et des vomissements. Ces troubles peuvent survenir même s'il s'écoule un certain temps entre l'absorption de la dose du médicament et la consommation de boisson.

4. Conseils utiles

conseil a *Les médicaments prescrits à la personne ont-ils **changé** dernièrement?*

(Par ex., dans les deux à quatre dernières semaines)
Si vous avez répondu oui, prêtez une attention toute particulière à l'apparition de nouveaux problèmes ou à la survenue de nouveaux signes. Passez en revue les questions du présent Guide à tous les quelques mois.

conseil b *La personne s'est-elle rendue à **l'hôpital** dernièrement?*

(Par ex., dans les deux à quatre dernières semaines)
Si vous avez répondu oui, prêtez une attention toute particulière à l'apparition de nouveaux problèmes ou développements.

5. La personne a-t-elle changé?

question a *La personne montre-t-elle des changements dans son **apparence** (peau, teint, yeux, ongles, cheveux)?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question b *A-t-elle un regain ou une perte d'**appétit** (elle mange plus, perd le goût de manger, a des douleurs gastriques, a la bouche sèche, a plus soif que d'habitude)?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question c *A-t-elle manifesté un changement de **comportement** (perte de mémoire, sautes d'humeur, pensées obsessionnelles)?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question d *Y a-t-il eu des changements au plan des **habitudes urinaires** (fréquence, odeur, couleur)?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question e *Y a-t-il eu des changements au plan **intestinal** (diarrhée, constipation, flatulences)?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

5. Conseils utiles

conseil applicable à tous ces cas

Des changements sont-ils survenus sur le plan :

a ***de l'apparence*** *(peau, teint, yeux, ongles, cheveux)?*

b ***de l'appétit*** *(mange davantage, refuse de s'alimenter, a des douleurs d'estomac, la bouche sèche, a toujours soif)?*

c ***du comportement*** *(perte de mémoire, sautes d'humeur ou pensées obsessionnelles)?*

d ***des habitudes urinaires*** *(fréquence, odeur, couleur)?*

e ***intestinal*** *(diarrhée, constipation, flatulences)?*

Si vous avez répondu par l'affirmative à l'une ou l'autre de ces questions, décrivez le changement survenu au médecin ou au pharmacien immédiatement. La difficulté peut être de nature passagère ou être le signe de nouveaux problèmes.

Avez-vous remarqué d'autres changements?

5. La personne a-t-elle changé?

question f *La personne a-t-elle vécu des changements au plan du **confort** (souffre-t-elle de douleurs, de maux de tête)?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question g *Connaît-elle une perte ou un regain d'**énergie** (état de fatigue plus accentué ou forces retrouvées)?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question h *A-t-elle dû faire face à des changements sur le plan de la **mobilité** ou de ses déplacements (marche, station debout, vertige, chutes)?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question i *A-t-elle modifié ses habitudes de **sommeil** (état de torpeur ou insomnies)?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

question j *Sa **vision** s'est elle altérée (la personne voit moins bien, perçoit des taches ou éprouve des sensations de vision trouble)?*

Oui ❑ Non ❑ Je ne sais pas ❑

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

5. Conseils utiles

conseil applicable à tous ces cas

Des changements sont-ils survenus sur le plan :

f ***du confort*** *(souffre-t-elle de douleurs, de maux de tête)?*

g ***de l'énergie*** *(état de fatigue plus accentué ou forces retrouvées)?*

h ***de la mobilité*** *ou des déplacements (marche, station debout, vertige, chutes)?*

i ***du sommeil*** *(état de torpeur ou insomnies)?*

j ***de la vision*** *(la personne voit moins bien, perçoit des taches ou éprouve des sensations de vision trouble)?*

Si vous avez répondu par l'affirmative à l'une ou l'autre de ces questions, parlez-en au médecin ou au pharmacien immédiatement. La difficulté peut disparaître rapidement ou être le signe de nouveaux problèmes.

Avez-vous remarqué d'autres changements?

La personne qui prend les médicaments

Il peut être utile de connaître certains aspects au sujet de la personne que vous aidez, surtout si vous devez agir en son nom.

Combien de médicaments différents prend-elle?

_____

La personne souffre-t-elle de :

- ❑ Allergies (par ex., pollen, animaux, arachides, fruits de mer)
- ❑ Anémie par déficience en fer
- ❑ Arthrite
- ❑ Cancer
- ❑ Cardiopathies
- ❑ Constipation
- ❑ Dépression ou autres maladies mentales
- ❑ Diabète
- ❑ Diarrhée
- ❑ Douleurs
- ❑ Problèmes digestifs
- ❑ Hypertension
- ❑ Insomnie
- ❑ Intolérance à certains médicaments (par ex., pénicilline)
- ❑ Néphropathies (maladie du rein)
- ❑ Problèmes circulatoires
- ❑ Problèmes vésicaux
- ❑ Taux élevé de cholestérol
- ❑ Troubles respiratoires
- ❑ Autres problèmes de santé

_____

_____

À quand remonte le dernier rendez-vous avec le médecin?

_____

Quand la personne a-t-elle parlé au pharmacien pour la dernière fois?

_____

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

La personne qui prend les médicaments

Si la personne voit un spécialiste, à quand remonte le dernier rendez-vous? _____

Nom du médecin, numéro de téléphone et adresse du cabinet :

_____

_____

_____

Nom de la pharmacie, numéro de téléphone et adresse :

_____

_____

_____

Nom du spécialiste, numéro de téléphone et adresse :

_____

_____

_____

_____

_____

Carnet des médicaments

NOM DE MÉDICAMENT ET CONCENTRATION *Exemple: mg*	**DOSE —** *Exemple: nombre de capsules, cuillerées à thé, inhalations*	**À QUEL MOMENT FAUT-IL LE PRENDRE? —** *Exemple: À l'heure du déjeuner ou avant le coucher*

Nom du médecin de famille : _____

Numéro de téléphone : _____

Nom de la pharmacie : _____

Numéro de téléphone : _____

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

COMMENT LE PRENDRE? *Exemple: deux gouttes dans chaque oeil ou à jeun*	**À QUOI SERT-IL?**

Notes : _____

_____

_____

_____

Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

Questions à l'intention du médecin, du pharmacien ou du spécialiste

Pour chaque médicament, demandez les éclaircissements suivants :

- ❑ Son nom?
- ❑ Ses effets?
- ❑ Son mode d'emploi?
- ❑ La posologie?
- ❑ Pendant combien de temps?
- ❑ Où le conserver dans la maison?
- ❑ Effets secondaires éventuels et quoi faire s'ils se manifestent?
- ❑ Que faire si la personne saute une dose?
- ❑ Peut-on prendre le médicament avec de l'alcool?
- ❑ Faut-il prendre le médicament à l'heure des repas?
- ❑ Comment savoir s'il produit les effets escomptés?
- ❑ Vient-il dans un emballage ou des contenants spéciaux?
- ❑ Comment en disposer ou jeter les vieux médicaments?
- ❑ Y a-t-il des brochures ou d'autres renseignements que vous pourrez consulter plus tard?

Autres points dont il faut se souvenir :

- ❑ Procurez-vous les instructions dans la langue de la personne afin qu'elle puisse mieux comprendre.
- ❑ Passez en revue les médicaments et les instructions à l'occasion de la visite chez le médecin ou du renouvellement de l'ordonnance.
- ❑ Assurez-vous que le médecin et le pharmacien connaissent les médicaments que prend la personne et qu'ils n'ont pas eux-mêmes prescrit (médicaments prescrits par un spécialiste ou bien produits de santé naturels).
- ❑ Si la personne est hésitante et timide, préparez les questions ensemble et posez-les au médecin ou au pharmacien.

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

Notes

Notes

 — Copyright © 2006 Association des pharmaciens du Canada

Pour nous rejoindre

Association des pharmaciens du Canada
1785, prom. Alta Vista
Ottawa (Ontario)
K1G 3Y6

Téléphone : 1-800-917-9489
Télécopieur : 1-800-601-1904

Courriel : info@pharmacists.ca
Internet : www.pharmacists.ca